

体操から体づくり運動への移り変わりについて

—中・高等学校学習指導要領に着目して—

西川 裕香子 (生涯スポーツ学科 地域スポーツコース)

指導教員 菅井 京子

体操 体づくり運動 運動形成 心と体 (ホーリズム)

1. 緒言

中学校学習指導要領が1998(平成10)年、高等学校学習指導要領が1999(平成11)年に改訂された。改訂に伴い、体育の中の領域「体操」は「体づくり運動」に変更された。「体づくり運動」と名称が変更されたことにより、「体操」という種目はなくなったのかと疑問に思った。本研究は、学習指導要領における「体操」と「体づくり運動」との違いを明らかにするとともに、今後の「体づくり運動」の課題点を見出すことを目的とする。中学校・高等学校ともに改訂の主旨は同じであるため、本研究で用いる資料は、『高等学校学習指導要領解説保健体育編体育編』2.3)、「新体操」¹⁾、「体ほぐし—そのねらいと内容—」⁵⁾などを参考にする。

2. 考察

学習指導要領に提示されていた体操では、主に体力向上にのみ目標がおかれていた。もともと本来の体操は心と体を含めた人間らしい動きの形成を目標としている。そこが体操の良い部分であるが、その良い部分が学習指導要領ではあまり取り扱われていなかった。

改訂された「体づくり運動」は「体ほぐし」と「体力を高める運動」とに分けられている。「体ほぐし」は、体力の向上を直接目指すものではなく、心と体の一体化を目指し、運動を通して仲間との交流を深め、他人と協調し、思いやる心を育むことを課題としている。体を動かすことの楽しさや心地よさを体験し、スポーツとは異なった易しい活動を通してストレスが解消され、

心が解放される。これまでの学習指導要領では取り扱われていなかった心と体の関係を取り入れたことは、高く評価できる。本来体操は心と体の全体を含めてひとりの人間として捉えるために、動きに着目した運動形成に重点をおいておこなわれるものである。したがって、体操はこの改訂された「体ほぐし」に教材を多く提供できると考えられる。「体力を高める運動」は、運動及び健康に関連する体力の向上にねらいをおいている。筋力・瞬発力・持久力・柔軟性・巧緻性を高めるために体操だけでなく、トレーニングを取り入れたことによって幅が広げられた。しかし、巧緻性については動きの質に関するものの取り扱いが減っているのが残念である。もっと体操教材を有効に活用することで高めていくことができると考えられる。

体操は「体ほぐし」だけでなく、「体力を高める運動」にも大きく貢献し、多くの教材を「体づくり運動」に提供していたことがわかった。

引用・参考文献

- 1) 稲垣正浩 (1987) 新体操:最新スポーツ大事典 p448-p452, 大修館書店:東京
- 2) 文部省編 (1989) 高等学校学習指導要領解説保健体育編体育編, 東山書房:京都
- 3) 文部省編 (1999) 高等学校学習指導要領解説保健体育編体育編, 東山書房:京都
- 5) 高橋健夫 (1998) 体ほぐし—そのねらいと内容—:体育科教育第46巻第13号 p76-p77, 大修館書店:東京